BAB IV

ANALISIS DATA

A. Analisis Proses Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi Rasional Emotif dalam Menangani Kecemasan pada Pemuda yang Gagal Tes TNI di Desa Sambibulu Taman Sidoarjo

Proses pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi Rasional Emotif dalam mengatasi kecemasan pada pemuda yang gagal tes TNI di Desa Sambibulu Taman Sidoarjo. Adapun langkah pertama yaitu peneliti melakukan identifikasi masalah yang mana melalui wawancara dan juga observasi klien, ibu klien, tetangga klien, dan juga teman dekat klien. Hal tersebut dilakukan untuk mencari dan juga mendapatkan informasi yang berhubungan dengan permasalahan yang sedang dialami oleh klien. Kemudian menyimpulkan data dari wawancara dan juga observasi bahwa kecemasan yang dialami klien setelah gagal tes TNI tersebut mempengaruhi psikologisnya dan juga cara berpikirnya yang irasional, salah satunya yaitu klien sering melamun, susah berkonsentrasi, terkadang tidak menghiraukan saat diajak bicara, malas melakukan kegiatan sehari-hari, mudah tersinggung, mudah marah.

Langkah kedua yaitu Diagnosa yakni menetapkan masalah yang dihadapi oleh klien. Masalah yang sedang dihadapi oleh klien adalah kecemasan saat gagal tes TNI yang mana klien tidak kunjung mendapatkan pekerjaan yang sangat di inginkan, sedangkan usianya

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

semakin bertambah. Sedangkan dalam persyaratan tersebut, salah satunya yaitu faktor usia yang tidak boleh melebihi 22 tahun.

Langkah berikutnya yaitu prognosa, konselor menentukan jenis bantuan apa yang akan diberikan pada klien yang sesuai dengan masalah yang sedang dihadapi oleh klien. Dalam kasus ini, peneliti memberikan Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi Rasional Emotif untuk memberi pengarahan dan juga meminimalkan cara berpikir klien yang irasional ke rasional.

Dalam proses konseling ini, peneliti menggunakan analisis deskriptif komparatif, yaitu peneliti membandingkan antara data teori dan juga data dari lapangan.

Tabel 4.1

Perbandingan proses pelaksanaan di lapangan dengan teori konseling Islam

No	Data Teori	Data Empiris
1	Identifikasi masalah Langkah ini digunakan untuk mengumpulkan data dari berbagai sumber untuk mengetahui kasus pada klien ataupun gejala-gejala yang nampak pada klien	Konselor mengumpulkan data dari beberapa sumber: klien, ibu klien, tetangga klien, teman dekat klien. Sumber tersebut dirasa cukup untuk mengetahui masalah apa yang sedang terjadi pada diri klien. Dan dari hasil wawancara serta observasi yang dilakukan oleh konselor baik dengan klien maupun dengan sumber-sumber

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		yang lainnya, bahwa klien memang mengalami kecemasan saat gagal tes TNI, yang mana klien resah akan pekerjaan yang di inginkan tidak kunjung diterima, di lain sisi klien panik memikirkan akan usianya yang semakin bertambah. Yang mana itu artinya semakin menipis harapan klien untuk mendaftar. Klien gagal tes saat pada tahap tes psiko, dan yang terakhir kllien gagal tes pada tahap kesehatan yang mana dia dinyatakan verikokel oleh pihak panitia tes. Dan juga klien sangat terlihat murung saat pertama kali dirinya menemui konselor. Klien mudah sekali emosi saat ia merasa tersinggung, klien sering tiba-tiba melamun saat diajak bicara, sehingga kurang konsentrasi saat diajak berbicara.
2	Diagnosa Langkah ini yaitu menetapkan masalah yang dihadapi klien	Dari identifikasi masalah, maka dapat disimpulkan bahwa permasalahan yang terjadi pada klien yaitu kecemasan saat mengalami gagal tes TNI, yang mana klien mudah tersinggung, mudah marah, sering melamun,panik akan memikirkan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		usianya yang semakin bertambah yang mana itu artinya harapan klien semakin menipis, takut akan tidak tercapainya pekerjaan yang sangat di inginkan, kurang berkonsentrasi, tidak semangat menjalani aktivitas sehari-hari.Dan juga penyebab dari gagalnya tes tersebut adalah tes psiko yang nilainya kurang dari persyaratan, dan yang terakhir tes, penyebab kegagalannya dia dinyatakan verikokel oleh pihak panitia tes.
3	Prognosa Menentukan jenis bantuan ataupun jenis terapi yang sesuai dengan permasalahan klien. Langkah ini ditetapkan berdasarkan dari diagnosis.	Konselor menetapkan jenis bantuan dan jugaterapi,berdasarkan diagnosa yaitu berupa bimbingan dan konseling Islam dengan menggunakan Terapi Rasional Emotif, karena melihat kasus yang dialami klien yaitu mengalami kecemasan setelah mengalami kegagalan tes TNI, terlihat bahwa klien mudah emosi, murung, sering berpikiran yang negatif, misalnya bagaimana kalau dia tidak bisa menjadi TNI seperti yang dia harapkan. Takut akan tidak tercapainya pekerjaan yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		diinginkan tersebut, Untuk itu dibutuhkan Bimbingan Konseling dengan terapi rasional emotif, untuk membimbing klien dan memperbaiki dan mengubah sikap klien dengan cara mengubah cara berpikir dan keyakinan klien yang irasional menuju cara berpikir yang rasional, sehingga klien dapat meningkatkan kualitas diri dan kebahagiaan hidupnya.
4	Terapi / Treatment Pada tahap ini, melaksanakan bantuan yang sudah ditetapkan pada langkah prognosa, pada tahap ini konselor memberikan bantuan dengan jenis terapi rasional emotif. Ada beberapa tehnik dalam terapi rasional emotif, diantaranya: 1. Sosiodrama, yaitu sandiwara singkat yang menjelaskan masalah-masalah di kehidupan sosial 2. Pencontohan *(modeling)* 3. Tehnik *Reinforcement* 4. *Relaxation* 5. *Self control*, yaitu klien	Pada kasus ini, dalam mengatasi masalah kecemasan yang sedang di alami klien, disini konselor berusaha mengajarkan dan membenarkan perilaku klien melalui pengubahan cara berpikir (kognisi)nya. Sedangkan teknik yang digunakan oleh konselor pada klien yakni: 1. *Self control* pada teknik kali ini, konselor mendengarkan apa saja yang sedang dibicarakan oleh klien, setelah konselor mendengarkan semua yang sedang dibicarakan oleh klien, selanjutnya konselor

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

	diajarkan cara-cara mengendalikan diri dan menahan emosi 6. Diskusi 7. Simulasi, yaitu melalui bermain peran antara konselor dengan klien 8. Bibliografi, yaitu dengan memberikan bahan bacaan tentang orang-orang yang mengalami masalah yang hampir sama dengan klien yang akhirnya dapat mengatasi masalahnya, atau bahan bacaan yang dapat meningkatkan cara berpikir klien agar lebih rasional.	menyuruh klien untuk mengoreksi diri. Dengan mengoreksi diri, klien secara tidak langsung akan mengoreksi sendiri dimana letak kesalahan berfikirnya dia selama ini. Sehingga klien ingin memperbaiki dirinya agar tidak berada pada pemikiran yang salah secara terus menerus. 2. Bibliografi. Pada teknik ini, konselor hanya memberikan buku bacaan tentang motivasi untuk menjalani hidup lebih semangat lagi, dan konselor memberikan buku yang berjudul La Tahzan (jangan bersedih) pada klien, konselor memberikan buku tersebut agar klien membacanya dan secara tidak langsung klien akan merasa bahwa kegagalan pada masa lalunya bukan akhir dari perjuangan hidupnya untuk mencari pekerjaan. 3. Diskusi. Pada teknik

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		diskusi, konselor dank lien saling bertukar pikiran ataupun membahas tentang isi buku, dan juga konselor memberikan sedikit motivasi atas keinginannya untuk berubah menjadi pribadi yang lebih baik lagi.
5	*Follow up*/evaluasi Tahap ini dilakukan untuk menindak lanjuti serta mengetahui sejauh mana langkah konseling mencapai hasil.	Melihat perubahan yang terjadi pada diri klien setelah dilakukan proses bimbingan konseling dengan menggunakan terapi rasional emotif yaitu: - Klien lebih menikmati hidupnya yang sekarang, dia sudah terlihat tidak mudah tersinggung saat konselor berkata mengenai tes TNI. - Klien lebih ikhlas dengan kegagalan tes yang pernah ia alami berkali-kali tersebut. Sedikit demi sedikit klien sudah mampu bangkit dari keterpurukannya, terbukti klien sudah giat menjalani kegiatannya lebih semangat menjadi seorang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		mahasiswa. - Saat di ajak bicara, klien sudah tidak pernah tiba-tiba melamun, terbukti saat berbicara langsung dengan dia, dia selalu menanggapi pertanyaan ataupun ucapan yang konselor lontarkan pada dia.

Berdasarkan tabel diatas bahwa analisis proses bimbingan dan konseling Islam dengan terapi rasional emotif dilakukan dengan langkah-langkah konseling yang meliputi identifikasi masalah, diagnosa, prognosa, terapi/treatment, evaluasi/*follow up.* selain itu, diantara tehnik terapi rasional emotif yang ada, bahwa tehnik terapi yang terpakai adalah *self control*, diskusi, bibliografi (memberi buku tentang motivasi). Konselor hanya memakai sebagian tehnik, namun tetap tidak mengurangi maksud dan tujuan dalam terapi rasional emotif yang diantaranya yaitu mengubah caara berfikirnya yang irasional menjadi rasional. *Treatment* disini diberikan untuk membantu klien mengetahui dan merubah beberapa dasar pemikiran klien. Serta menghilangkan gangguan emosionalnya yang dapat merusak diri agar dapat hidup secara rasional. Maka berdasarkan perbandingan antara teori dan juga lapangan mulai dari identifikasi masalah sampai dengan *follow up* terdapat kesamaan pada teori dan juga lapagan, perbedaannya pada treatment yang menggunakan terapi rasional emotif.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

B. Analisis Hasil Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi Rasional Emotif dalam Menangani Kecemasan pada Pemuda yang Gagal Tes TNI di Desa Sambibulu Taman Sidoarjo

Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi rasional emotif terapi dalam mengatasi kecemasan pada pemuda yang gagal tes TNI di desa Sambibulu Taman Sidoarjo terlihat memeberikan dampak yang lebih baik pada klien. Berdasarkan proses konseling yang dilakukan, ada beberapa perubahan pada diri klien pada saat sebelum dan juga sesudah pelaksanaan proses bimbingan dan konseling. Adapun tingkat keberhasilan dijelaskan melalui tabel berikut:

Tabel 4.2

Kondisi klien sebelum dan sesudah proses konseling

No	Kondisi klien	Sebelum		Sesudah		
		ya	tidak	ya	tidak	Kadang-kadang
1.	Panik, karena takut pekerjaan yang di inginkan tidak di dapatkan	√			√	
2.	Sedih saat melihat foto keberhasilan teman seperjuangan tes TNI di jejaring sosial	√				√
3.	Sering murung	√			√	
4.	Mudah emosi	√			√	

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

5.	Resah akan usianya yang semakin bertambah	√		√		
6.	Kurang semangat menjalani hidup	√			√	
7.	Sering merasakan kepalanya pusing	√				√
8.	Tidak tenang menjalani hidup (Suka membodoh-bodohkan dirinya sendiri)	√			√	

Berdasarkan tabel diatas, konselor dapat melihat tingkat keberhasilan atau kegagalan penggunaan terapi rasional emotif dalam proses konseling. Untuk melihat tingkat keberhasilan atau kegagalan tersebut, konselor berpedoman pada prosentase perubahan perilaku dengan standart uji sebagai berikut:

1. >75% sampai dengan 100% : Berhasil
2. 60% sampai dengan 70% : Cukup Berhasil
3. <60% : Tidak Berhasil

Dari tabel diatas, dari delapan gejala kecemasan yang dialami oleh klien sebelum dilakukan bimbingan dan konseling islam dengan terapi rasional emotif yang dianalisis berdasarkan standart uji dalam tabel diatas dengan melihat perubahan sesudah proses konseling dilakukan. Dan dapat diketahui bahwa:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1. Gejala yang sudah tidak dilakukan : 5 poin
2. Gejala yang kadang-kadang dilakukan : 2 poin
3. Gejala yang masih dilakukan : 1 poin

Dengan perhitungan sebagai berikut:

5 : 8 x 100% = 62%

2 : 8 x 100% = 25%

1 : 8 x 100% = 12%

Berdasarkan prosentase, dapat diketahui: "hasil dari proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Rasional Emoif mengatasi Kecemasan pada pemuda yang gagal tes TNI di desa Sambibulu Taman Sidoarjo" termasuk dalam kategori Cukup Berhasil.

Jadi dapat disimpulkan bahwa pemberian bimbingan dan konseling dengan terapi rasional emotif dikatakan cukup berhasil, sebab dari delapan gejala yang nampak pada sebelum dilakukan proses konseling beserta pemberian terapinya, lima dari delapan tidak lagi dilakukan oleh klien. Hal tersebut dapat dilihat dari tabel diatas tentang kondisi klien sebelum dan sesudah dilakukan proses konseling beserta terapinya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id